

味付オクラとろろを使った

# 巾着焼き



## < 材料 >

◎味付オクラとろろ  
油揚げ・納豆・紅シヨウガ

## < 作り方 >

- ※味付オクラとろろを解凍しておく。
1. 油揚げは油抜きをして半分に切る。
  2. オクラとろろ・納豆・紅シヨウガを混ぜ合わせる。
  3. 1に2を入れて、爪楊枝で閉じる。
  4. フライパンに3を入れ、焼き色がつくまで焼いて完成。



Eastern Foods

イースタンフーズ株式会社